

いのちを守るための決まりごと



家庭の
避難計画

家

災害種別	命を守る行動	一時的避難・避難生活	避難手段 避難時間	・非常持出品 ・非常備蓄品 チェック項目
	避難行動のタイミング	避難先 ※分散避難に基づき考えよう		
地震のとき	<ul style="list-style-type: none"> ●緊急地震速報がでたら（グラっときたら） ●揺れがおさまったら（1分～2分後） ●5分後～ ★南海トラフ地震臨時情報が発表されたら(P4) ●1週間の津波浸水域外避難が必要でず 縁故避難先などを決めましょう 	<input type="checkbox"/> 縁故避難先 <input type="checkbox"/> 親戚： <input type="checkbox"/> 知人：	分	非常持出品 <input type="checkbox"/> いつも飲んでいる薬 <input type="checkbox"/> おくすり手帳 <input type="checkbox"/> 保険証 <input type="checkbox"/> 免許証 <input type="checkbox"/> マイナンバーカード <input type="checkbox"/> メモ用紙、筆記用具 <input type="checkbox"/> 通帳・印鑑 <input type="checkbox"/> 飲料水 <input type="checkbox"/> 食料 <input type="checkbox"/> 携帯電話・充電器 <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー <input type="checkbox"/> 着替え（上下・下着） <input type="checkbox"/> タオル・毛布など <input type="checkbox"/> 靴（上履き、下履き） <input type="checkbox"/> 衛生用品・生理用品 <input type="checkbox"/> 消毒液・ハンドソープ <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ <input type="checkbox"/> マスク・体温計 <input type="checkbox"/> トイレペーパーなど <input type="checkbox"/> ポリ袋（ゴミ袋） <input type="checkbox"/> 現金（小銭） <input type="checkbox"/> 懐中電灯（電池） <input type="checkbox"/> ラジオ・携帯テレビ <input type="checkbox"/> ヘルメット
	<input type="checkbox"/> 自宅が対象区域内か確認しましょう ただし、海岸にいる場合はすぐ避難 <input type="checkbox"/> 津波注意報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 津波警報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 大津波警報が発表されたら…	<input type="checkbox"/> 在宅避難（屋内・車庫・庭） <input type="checkbox"/> 地域の避難所 <input type="checkbox"/> 広域の避難所	分	
	<input type="checkbox"/> 自宅が対象区域内か確認しましょう <input type="checkbox"/> 高齢者等避難が発令されたら… <input type="checkbox"/> 土砂災害危険度情報(レベル3)が発表されたら… <input type="checkbox"/> 避難指示が発令されたら… ★南海トラフ地震臨時情報が発表されたら(P4) ●1週間の警戒区域外避難が必要でず 縁故避難先などを決めましょう	<input type="checkbox"/> 縁故避難先 <input type="checkbox"/> 親戚： <input type="checkbox"/> 知人：	分	
土砂災害のとき	<input type="checkbox"/> 自宅が対象区域内か確認しましょう <input type="checkbox"/> 大雨警報・洪水警報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫警戒情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 高齢者等避難が発令されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫危険情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 避難指示が発令されたら…	<input type="checkbox"/> 在宅避難（2階以上に避難） <input type="checkbox"/> 縁故避難先 <input type="checkbox"/> 親戚： <input type="checkbox"/> 知人：	分	非常備蓄品 <input type="checkbox"/> 飲料水 1人3ℓ×7日分 <input type="checkbox"/> 非常食 1人7日分 <input type="checkbox"/> カセットコンロ・ボンベ <input type="checkbox"/> ラップ・アルミホイル <input type="checkbox"/> 割り箸・紙コップ <input type="checkbox"/> 衛生用品・生理用品 <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ <input type="checkbox"/> LED照明 <input type="checkbox"/> 乾電池 <input type="checkbox"/> 簡易トイレ <input type="checkbox"/> 雨具 <input type="checkbox"/> キャンプ用品 <input type="checkbox"/> タオル・毛布
	<input type="checkbox"/> 自宅が対象区域内か確認しましょう <input type="checkbox"/> 大雨警報・洪水警報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫警戒情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 高齢者等避難が発令されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫危険情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 避難指示が発令されたら…	<input type="checkbox"/> 地域の避難所 <input type="checkbox"/> 広域の避難所	分	
	<input type="checkbox"/> 自宅が対象区域内か確認しましょう <input type="checkbox"/> 大雨警報・洪水警報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫警戒情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 高齢者等避難が発令されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫危険情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 避難指示が発令されたら…	<input type="checkbox"/> 在宅避難（2階以上に避難） <input type="checkbox"/> 縁故避難先 <input type="checkbox"/> 親戚： <input type="checkbox"/> 知人：	分	
洪水のとき	<input type="checkbox"/> 自宅が対象区域内か確認しましょう <input type="checkbox"/> 大雨警報・洪水警報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫警戒情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 高齢者等避難が発令されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫危険情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 避難指示が発令されたら…	<input type="checkbox"/> 在宅避難（2階以上に避難） <input type="checkbox"/> 縁故避難先 <input type="checkbox"/> 親戚： <input type="checkbox"/> 知人：	分	非常備蓄品 <input type="checkbox"/> 飲料水 1人3ℓ×7日分 <input type="checkbox"/> 非常食 1人7日分 <input type="checkbox"/> カセットコンロ・ボンベ <input type="checkbox"/> ラップ・アルミホイル <input type="checkbox"/> 割り箸・紙コップ <input type="checkbox"/> 衛生用品・生理用品 <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ <input type="checkbox"/> LED照明 <input type="checkbox"/> 乾電池 <input type="checkbox"/> 簡易トイレ <input type="checkbox"/> 雨具 <input type="checkbox"/> キャンプ用品 <input type="checkbox"/> タオル・毛布
	<input type="checkbox"/> 自宅が対象区域内か確認しましょう <input type="checkbox"/> 大雨警報・洪水警報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫警戒情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 高齢者等避難が発令されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫危険情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 避難指示が発令されたら…	<input type="checkbox"/> 地域の避難所 <input type="checkbox"/> 広域の避難所	分	
	<input type="checkbox"/> 自宅が対象区域内か確認しましょう <input type="checkbox"/> 大雨警報・洪水警報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫警戒情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 高齢者等避難が発令されたら… <input type="checkbox"/> 氾濫危険情報が発表されたら… <input type="checkbox"/> 避難指示が発令されたら…	<input type="checkbox"/> 在宅避難（2階以上に避難） <input type="checkbox"/> 縁故避難先 <input type="checkbox"/> 親戚： <input type="checkbox"/> 知人：	分	

